

EMENTA - Almoço**Período de 01-04-2015 a 30-04-2015****Dia 06-04-2015 - Segunda-feira****Carne**

Sopa	Feijão verde
Prato	Porco estufado com arroz e cenoura raspada
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Porco estufado com arroz e cenoura raspada
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Feijão verde
Sobremesa	Fruta

Dia 07-04-2015 - Terça-feira**Peixe**

Sopa	Alho francês
Prato	Massinha de atum e feijão verde
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Massinha de atum e feijão verde
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Alho francês
Sobremesa	Fruta

Dia 08-04-2015 - Quarta-feira**Carne**

Sopa	Ervilhas
Prato	Frango assado com arroz e brócolos
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Frango assado com arroz e brócolos
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Ervilhas
Sobremesa	Fruta

Dia 09-04-2015 - Quinta-feira**Peixe**

Sopa	Grão com espinafres
Prato	Filete de pescada com molho cenoura, batata, alface e tomate
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Filete de pescada com molho cenoura, batata, alface e tomate
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Grão com espinafres
Sobremesa	Fruta

Dia 10-04-2015 - Sexta-feira

Carne

Sopa	Abóbora e acelgas
Prato	Feijoada com arroz (couve e cenoura)
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Feijoada com arroz (couve e cenoura)
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Abóbora e acelgas
Sobremesa	Fruta

Dia 13-04-2015 - Segunda-feira

Peixe

Sopa	Creme de cenoura com massinhas
Prato	Omelete no forno com arroz e alface com pepino
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Omelete no forno com arroz e alface com pepino
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Creme de cenoura com massinhas
Sobremesa	Fruta

Dia 14-04-2015 - Terça-feira

Carne

Sopa	Canja
Prato	Frango assado com massa e macedónia
Sobremesa	Gelatina

Prato

Prato	Frango assado com massa e macedónia
Sobremesa	Gelatina

Sopa

Sopa	Canja
-------------	-------

Sobremesa Gelatina

Dia 15-04-2015 - Quarta-feira

Peixe

Sopa	Abóbora e agrião
Prato	Bacalhau à gomes sá com cenoura raspada
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Bacalhau à gomes sá com cenoura raspada
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Abóbora e agrião
Sobremesa	Fruta

Dia 16-04-2015 - Quinta-feira

Carne

Sopa	Cenoura e brócolos
Prato	Esparguete á bolonhesa com feijão verde
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Esparguete á bolonhesa com feijão verde
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Cenoura e brócolos
Sobremesa	Fruta

Dia 17-04-2015 - Sexta-feira

Peixe

Sopa	Juliana
Prato	Atum com feijão verde, arroz e beterraba
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Atum com feijão verde, arroz e beterraba
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Juliana
Sobremesa	Fruta

Dia 20-04-2015 - Segunda-feira

Carne

Sopa	Caldo verde
Prato	Almôndegas vaca com massa, ervilhas com cenoura
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Almôndegas vaca com massa, ervilhas com cenoura
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Caldo verde
Sobremesa	Fruta

Dia 21-04-2015 - Terça-feira

Peixe

Sopa	Alho francês com feijão vermelho
Prato	Filete de pescada com arroz de cernoura, tomate e pepino
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Filete de pescada com arroz de cernoura, tomate e pepino
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Alho francês com feijão vermelho
Sobremesa	Fruta

Dia 22-04-2015 - Quarta-feira

Carne

Sopa	Abóbora e couve flor
Prato	Picado de porco com cogumelos, massa e feijão verde
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Picado de porco com cogumelos, massa e feijão verde
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Abóbora e couve flor
Sobremesa	Fruta

Dia 23-04-2015 - Quinta-feira

Peixe

Sopa	Macedónia
Prato	Arroz de peixe com alface à juliana
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Arroz de peixe com alface à juliana
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Macedónia
Sobremesa	Fruta

Dia 24-04-2015 - Sexta-feira

Carne

Sopa	Feijão verde
Prato	Frango assado com massa e brócolos
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Frango assado com massa e brócolos
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Feijão verde
Sobremesa	Fruta

Dia 27-04-2015 - Segunda-feira

Peixe

Sopa	Abóbora com nabiças
Prato	Douradinhos no forno com arroz, cenoura, ervilhas e milho doce
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Douradinhos no forno com arroz, cenoura, ervilhas e milho doce
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Abóbora com nabiças
Sobremesa	Fruta

Dia 28-04-2015 - Terça-feira

Carne

Sopa	Couve flor com feijão verde
Prato	Massinha aves (frango, peru e cenoura raspada) com pepino e tomate
Sobremesa	Gelatina

Prato

Prato	Massinha aves (frango, peru e cenoura raspada) com pepino e tomate
Sobremesa	Gelatina

Sopa

Sopa	Couve flor com feijão verde
Sobremesa	Gelatina

Dia 29-04-2015 - Quarta-feira

Peixe

Sopa	Batata doce com alho com alho francês
Prato	Salada russa de atum (macedónia)
Sobremesa	Fruta

Prato

Prato	Salada russa de atum (macedónia)
Sobremesa	Fruta

Sopa

Sopa	Batata doce com alho com alho francês
------	---------------------------------------

Sobremesa Fruta

Dia 30-04-2015 - Quinta-feira

Carne	
Sopa	Grão com espinafres
Prato	Costeleta estufada com massa e feijão verde
Sobremesa	Fruta
Prato	
Prato	Costeleta estufada com massa e feijão verde
Sobremesa	Fruta
Sopa	
Sopa	Grão com espinafres
Sobremesa	Fruta